



[www.omanaom.com](http://www.omanaom.com)



## FORMACIÓN DE INSTRUCTORES DE KUNDALINI YOGA NIVEL I, 2021

Esta formación de **KRI** se presenta con dos formatos online y presencial con la Lieder Trainer Gurudass Kaur, como invitada especial con mas de 40 años de experiencia formando a profesores de Kundalini yoga por todo el mundo, Siri Vedya Kaur Coordinadora de esta Formación con 20 años de experiencia formativa y la visita de otros Profesores igualmente cualificados por Kundalini Research Insitut i **AEKY** la Asociación Española de Kundalini Yoga.

Se realizará online y presencial en la escuela de yoga OMANA del Alt Empordà, ( Catalunya ) , ( Los retiros de tres días, son presenciales para ambos grupos, y se hacen en Omana dependiendo del número de alumnos.)

**Hay muy buena combinación tanto por carretera, autopista como por trenes: Regional, Media distancia, Ave y Avant.**  
puedes llamarnos al 606 705 507o al 649 966 569 , también puedes escribirnos al correo: [info@omanaom.com](mailto:info@omanaom.com)

## LAS FECHAS DE LA FORMACIÓN ONLINE 2021

### FORMATO MENSUAL LOS MARTES DE CADA MES. 10:00 A 14:00

- ENERO : 12,19, 26
- FEBRERO: 2, 9, 16, 23
- MARZO: 2, 9, 16, 23, 30
- ABRIL: 6, 13, 20, 27
- MAYO: 4, 11, 18, 25
- JUNIO: 25, 26 y 27 ( RETIRO)
- JULIO: 6, 13, 20, 27
- AGOSTO: ( DESCANSO)
- SETIEMBRE: 7, 14, 21, 28
- OCTUBRE: 5, 12, 19, 26
- NOVIEMBRE: 2, 9, 16, 23
- DICIEMBRE: 17, 18 y 19 ( RETIRO )
- ENERO: 11, 18, 25
- FEBRERO 2021: 1, y 5 ( EXAMEN)

*Este programa internacional de formación de profesores de Kundalini Yoga es autorizado por KRI (Kundalini Research Institute).*

*El I Nivel educativo de 200 horas de estudio se imparte alrededor del mundo en forma estandarizada.*

**NIVEL I** La certificación de Nivel I, te valida profesionalmente como instructor, te da los fundamentos y conocimientos necesarios para impartir clases de Kundalini Yoga en cualquier lugar del mundo.

Nuestra formación está avalada por **AEKY** y las instituciones **KRI** (Kundalini Research Institute) e **IKYTA** ( International Kundalini Yoga Teachers Association)

**El Nivel I** es un entrenamiento profesional donde se aprenden las bases prácticas y teóricas de Kundalini Yoga. El Programa del **Nivel I** es para todos – practicantes nuevos de yoga, practicantes experimentados y todos aquéllos que quieran certificarse para ser profesores.

**El Nivel I** de Omana consta de 260 horas lectivas

Los estándares de calidad de **KRI** aseguran que al final del curso de esta formación de la escuela Omana, el alumno recibe la práctica y los conocimientos

necesarios para sostener su propio crecimiento como yogui y para funcionar de forma eficaz como instructor de Kundalini yoga.

Los alumnos que completen el curso y cubran los requisitos necesarios obtienen una certificación de **AEKY** y **KRI** como instructores profesionales de **Nivel I**, válida en todo el mundo.

### **Temario:**

- La era de Acuario y el Despertar
- Las raíces del Kundalini Yoga
- Las variedades de Yoga
- Historia del Yoga y de los sutras de Patanjali
- Kundalini Yoga y Sikh Dharma
- La cadena dorada, el maestro espiritual y yogi Bhajan
- Despertando la conciencia
- Sonido y mantra
- Respiración ( Pranayama )
- Kriya en Kundalini Yoga
- Relajación
- Mente y meditación
- Sadhana
- Anatomía funcional occidental y anatomía yóguica
- Filosofía yóguica
- Desarrollo Espiritual
- Humanología y estilo de vida yóguico
- Dieta Yóguica
- El papel de un maestro de Kundalini Yoga
- Papeles y responsabilidades en el contexto de la clase y fuera de ella.
- Afrontar los desafíos de enseñar Kundalini yoga.
- Recursos para el maestro.
- Posturas
- Forma y alineación para kriyas de Kundalini yoga
- Kriyas y meditaciones.

### **Requisitos del Programa Formativo KY 2021:**

- Un examen por escrito. ( se convoca en febrero de 2022 ) si no se supera se dispone de otra convocatoria para aprobar.

- Un examen práctico ( Dar una clase delante de tus compañeros y invitados ).
- Dos trabajos de campo, uno sobre 10 clases para principiantes, otro sobre 10 clases para un grupo específico.
- Una experiencia de una sadhana de 40 días. ( Por escrito )
- Asistir a un mínimo de 2 clases semanales, con Omana online o presencial, o cualquier otro profesor con título de AEKY- KRI
- Todas las tareas que se encomiendan sobre los distintos temarios del libro de formación.
- Asistir a las dos sadhanas de Formación mensuales online o presencial
- Asistir a todas las clases formativas. ( recuperables )
- Asistir a los retiros: 2 retiros de 3 días, comienzan a las 5:00 de la madrugada con sadhana de la era de acuario. El dormir y la dieta van a parte del precio del curso, según las condiciones del lugar de retiro. Dependiendo del número de alumnos se realiza en la misma escuela.
- Si no se puede asistir a alguna clase o retiro, obligatorio recuperarlo al año siguiente.
- **3 fines de semana de faltas, ( sin causa justificada ) obligatorio recuperar el curso completo al año siguiente.**

### **TÍTULO OFICIAL, AVALADO POR AEKY , KRI Y IKYTA:**

Al finalizar la Formación de Nivel I, recibirás el título Internacional de Instructor de Kundalini Yoga, reconocido por KRI (Kundalini Research Institute) / IKYTA (Internacional Kundalini Yoga Teachers Association) / AEKY (Asociación Española de Kundalini Yoga) . A partir de ese momento puedes continuar con tus estudios de Kundalini yoga realizando la Formación Nivel II obteniendo la certificación de (Profesor de Kundalini Yoga).

*Para recibir el título, tienes que haber pagado la totalidad del curso, aprobado los exámenes, los trabajos, y las tareas que se te pidan en los temarios.*

**Para la Inscripción, reservas o cita para la entrevista ponerse en contacto con:**

- Joan Quintana - ( Gagandeep Singh ) - Coordinador administrativo :  
tel - 649 966 569.
- Àngela Llaona - ( Siri Vedyà Kaur ) - Formadora y Coordinadora:  
tel - 606 705 507.

## **A TENER EN CUENTA:**

- Si por razones de fuerza mayor, es decir, que las autoridades sanitarias limiten o prohíban las reuniones o desplazamientos por el COVID-19, los intensivos, se pospondrán y reprogramarán de nuevo según la evolución de la situación sanitaria. En el caso que no fuera posible, finalmente se adaptarían al formato On-line.
- La escuela se reserva el derecho de variar el calendario de formación si por circunstancias propias del centro así lo requiere o la situación sanitaria lo determine.
- Los contenidos de profesores invitados son tanto presenciales como On-line.
- Los retiros de tres días, son presenciales y se hacen en Omana dependiendo del número de alumnos. El precio de la estancia pensión completa de los 2 retiros varía en función del lugar. En Los retiros se propone vivir el sangat y el seva.
- Horario online: Cada martes de 10:00 a 14:00.
- Sadhanas online, los fines de semana de formación presencial a las 6:30 de la mañana. En los retiros las sadhanas empiezan a las 5:30.
- El horario completo de los retiros se compartirá mas adelante.

## Condiciones económicas para la formación de kundalini yoga año 2021

CURSO DE FORMACIÓN DE PROFESORES DE KUNDALINI YOGA I NIVEL Año 2021 Curso Oficial reconocido por KRI y AEKY			
<b><u>Esta tarifa incluye:</u></b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Matrícula,</li> <li>✓ Libros</li> <li>✓ Formación</li> <li>✓ Seminarios</li> <li>✓ Inscripción un año en AEKY como socio/a y con acceso a descuentos en la asociación.</li> <li>✓ Tasas examen oficial</li> <li>✓ Dos retiros presenciales de tres días y dos noches cada uno.</li> <li>✓ Descuento adicional del 25% en las cuotas de la Escuela de Yoga Omana.</li> </ul>			
Profesores acreditados por AEKY que quieran repetir la Formación 960€ ( preguntar a Joan Quintana - Gagandeep Singh por las formas de pago )			
FORMAS DE PAGO			
NÚMERO DE CUOTAS	IMPORTE UNITARIO	IMPORTE TOTAL	DESCUENTO APLICADO
Pago único Al momento de la inscripción	2600 €	2600€	-262€
En tres plazos • Al momento de la inscripción • Marzo • Junio	910€	2730€	-132 €

<b>En seis plazos</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• Al momento de la inscripción</li><li>• Febrero</li><li>• Marzo</li><li>• Abril</li><li>• Mayo</li><li>• Junio</li></ul>	<b>477€</b>	<b>2862€</b>	<b>Precio del curso</b>
---	-------------	--------------	-------------------------